

Существует слишком много мест, где мы ищем счастье. Возможно, мы ищем его не там. Возможно, счастье гораздо прочнее связано с домом, чем мы думаем.

Майк Викинг



МАЙК ВИКИНГ

HYGGE ДОМА

СЕКРЕТЫ УЮТА
ПО-ДАТСКИ



УДК 304.3
ББК 60.56 (4Дан)
В43

Meik Wiking

MY HYGGE HOME

How to make home your happy place

Впервые опубликовано под названием *My Hygge Home* в 2022 г. изд-вом Penguin Life — подразделением Penguin General. Penguin General входит в группу компаний Penguin Random House.

В книге имеются упоминания социальных сетей Facebook (Фейсбук) и Instagram (Инстаграм). Деятельность американской транснациональной холдинговой компании Meta Platforms Inc. по реализации продуктов — социальных сетей Facebook и Instagram запрещена на территории Российской Федерации.

Перевод с английского Егора Обатурова

Викинг М.

В43 *Hygge дома: Секреты уюта по-датски / Майк Викинг ; пер. с англ. Е. О. Обатурова. — М. : КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2023. — 272 с. : ил.*

ISBN 978-5-389-19576-9

Новая книга автора международного бестселлера «Hygge. Секрет датского счастья» о том, как использовать пространство, освещение и датский дизайн, чтобы ваш дом преобразился в соответствии с вашими потребностями.

Сегодня важнее, чем когда-либо, сделать наши дома удобным и комфортным жизненным пространством, местом, где мы чувствуем себя в безопасности. Только дома можно по-настоящему быть собой, расслабляться, а также переживать моменты, которые будут потом вспоминаться вместе с родными и близкими. Вдохновленная датским дизайном и традициями, прекрасная книга Майка Викинга подсказывает, как создать уют, взяв за основу то, как живут счастливейшие люди в мире — датчане.

«Суть хюгге состоит в том, чтобы сделать обычное жилище настоящим домом — местом, с которым вы чувствуете связь и где вам действительно комфортно. Подумайте над тем, что может позитивно сказаться на вашем здоровье и благополучии, а затем преобразуйте личное пространство так, чтобы ваши идеи воплотились в реальность». (Майк Викинг)

УДК 304.3
ББК 60.56 (4Дан)

ISBN 978-5-389-19576-9

© Meik Wiking, 2022

© Обатуров Е. О., перевод на русский язык, 2023

© Издание на русском языке, оформление.

ООО «Издательская группа «Азбука-Аттикус», 2023
КоЛибри®

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. Датский дизайн и штаб-квартира хюгге	7
Глава 2. Хюгге — идеальный вечер дома	35
Глава 3. Прольем свет на счастье	77
Глава 4. Пространство для хюгге	109
Глава 5. Как спроектировать чувство единения	143
Глава 6. Хюгге на работе, хюгге в игре	183
Глава 7. Эффект Сезанна	209
Глава 8. Хюгге создается дома	239
Эпилог. Место исцеления души	260
Благодарность	268
Фотоматериалы	270
Об авторе	271





ГЛАВА 1

ДАТСКИЙ
ДИЗАЙН
И ШТАБ-КВАРТИРА
ХЮГГЕ

Может ли наш дом сделать нас счастливее? Может ли дизайн способствовать благополучию? Как создать дом, в котором мы не просто живем, а процветаем? Ответы на эти вопросы всегда были для меня очевидны. Ведь в Дании взрослеешь вместе с двумя вещами — дизайном и хюгге.

Наверное, вы знаете имена некоторых датских дизайнеров. Арне Якобсен, Ханс Вегнер, Поуль Кьерхольм, Поуль Хеннингсен, Бёрге Могенсен — это не просто знаменитые датчане, это признанные во всем мире иконы дизайна. И если вы смотрели датские сериалы «Правительство» (Borgen), «Убийство» (Forbrydelsen) и «Наследие» (Arvingerne), то у вас есть представление о дизайне датских городов и интерьеров.

Более того, возможно, вы были среди тех, кто ставил «Правительство» на паузу, чтобы убедиться, что в офисе премьер-министра висят те самые лампы Artichoke Поуля Хеннингсена. Именно благодаря подобному вниманию к деталям эти сериалы иногда называют «мебельным порно». Кстати, как-то я набрал в поисковике соответствующий запрос. Тут же пожалел об этом. Не это я хотел найти!



Дания настолько тесно ассоциируется с дизайном, что в мультфильме «Симпсоны» стюардесса перед посадкой в Копенгагене предупреждает пассажиров, которые во время полета проектировали и делали мебель, что пора наносить последний слой лака.

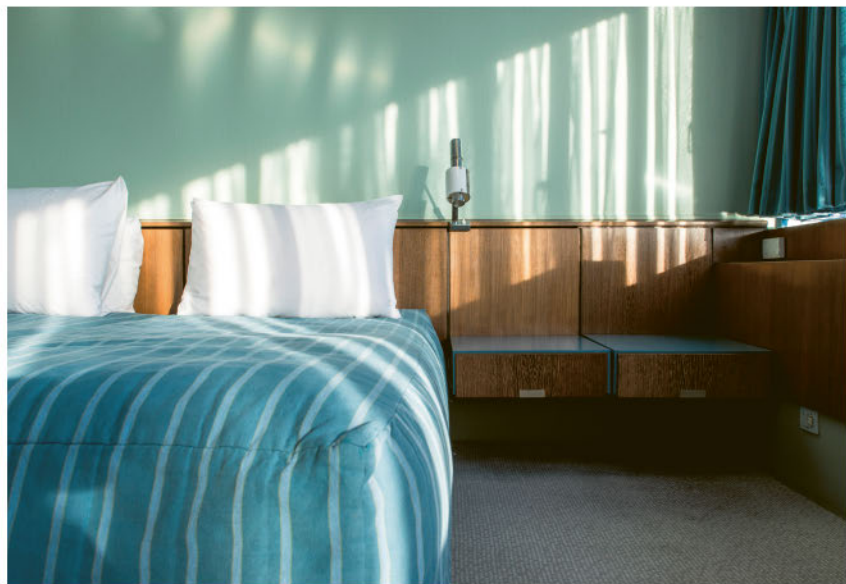
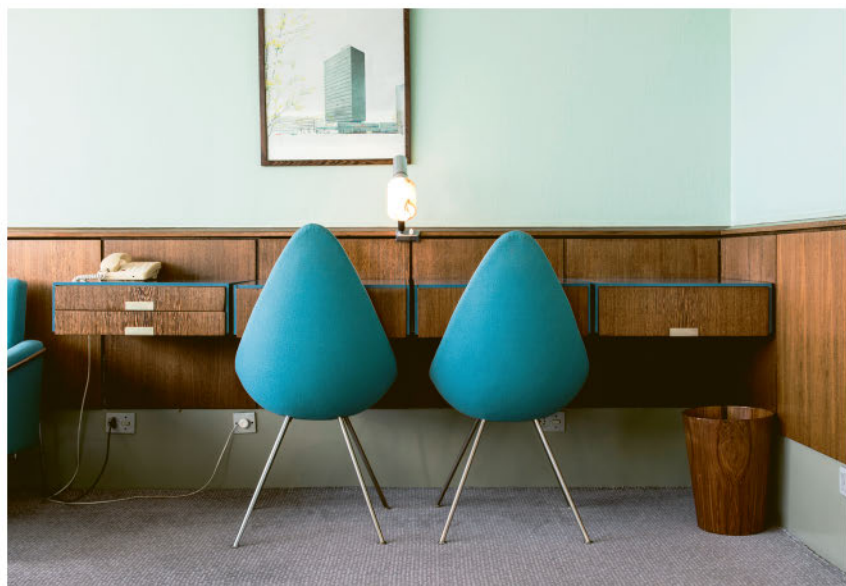
Однако дизайн — это не просто красота стульев. Дизайн — это процесс проектирования, который показывает, как будет функционировать предмет или помещение до того, как они будут созданы или организованы. С его помощью мы представляем, как можно изменить место или вещь и как эти изменения повлияют на нас.

Дизайн влияет на то, как мы передвигаемся по городу, что едим, как взаимодействуем с родными и близкими. С его помощью мы определяем, пригласим ли мы соседей на ужин, довольны ли мы своей работой, а также то, как мы распоряжаемся своим временем. Словом, дизайн влияет на канву жизни и наполняет смыслом саму жизнь.

Дизайн может вдохновлять нас меняться к лучшему и изменять окружающий мир. Овладев искусством дизайна, мы получаем инструмент, позволяющий улучшить качество жизни.

Именно это главное в датском дизайне, основанном на гуманистическом подходе. Дизайн для человека. Стремление создать функциональные вещи высочайшего качества для обычных людей. Товары, которые может купить среднестатистический рабочий. Сочетание простоты, функциональности, долговечности, качества, удобства и эстетики. Дизайн в Дании всегда понимался широко. Архитектура всегда была его важной частью. Проектируя здание, архитекторы детально продумывали все, что будет его наполнять — от мебели в комнатах до столовых приборов в ресторанах. Примером служит отель SAS в центре Копенгагена, полностью — от общей концепции и внешнего вида до интерьера — спроектированный Арне Якобсеном в 1960 году.

Цель датского дизайна — создать там, где мы живем, окружение, наиболее благоприятное для здоровья и процветания. Или, как сказал Джон Хескетт, профессор института дизайна Иллинойского технологического института и школы дизайна Гонконгского политехнического университета: «По сути, дизайн можно определить как способность человека преобразовывать окружающую среду невиданными прежде способами, чтобы она удовлетворяла наши потребности и придавала смысл нашей жизни». Возможно, лишь одна вещь в Дании во всех смыслах больше дизайна — и это хюгге.



ВАЖНОСТЬ ХЮГГЕ

Хюгге — это искусство создания приятной атмосферы. Когда рядом люди, которых вы любите. Когда вы ощущаете себя в безопасности, защищены от всего мира и можете позволить себе ослабить бдительность. Когда вы ведете бесконечные разговоры о мелочах или о чем-то важном, проводите время с кем-то в тишине или просто в одиночестве наслаждаетесь чашкой чая. Когда вы чувствуете себя как дома. Другими словами, суть хюгге состоит в том, чтобы сделать обычное жилище настоящим домом — местом, с которым вы чувствуете связь и где вам действительно комфортно. Подумайте над тем, что может позитивно сказаться на вашем здоровье и благополучии, а затем преобразуйте личное пространство так, чтобы ваши идеи воплотились в реальность. Это и есть проектирование дома в стиле хюгге.

Сложно переоценить важность хюгге для датчан и датской культуры. Датская одержимость хюгге кажется неотъемлемой частью наших национальных ценностей и культурной ДНК. Сказать, что ему нет дела до хюгге, для датчанина так же невозможно, как для британца заявить: «Не думаю, что нужно сохранять спокойствие; кажется, время сходить с ума», или для американца: «В последнее время я думал о свободе и пришел к выводу, что она не для меня». Сейчас я попытаюсь проиллюстрировать, как много для нас значит хюгге.

В 2016 году министр культуры Дании задал датчанам вопрос: «Какие общественные ценности, традиции и движения, ставшие основными принципами в Дании, нужно сохранить в обществе будущего?» Целью этого опроса было определить ценности, сделавшие датчан тем, кем они являются сегодня, а также способные сформировать критерии, определяющие датское общество в будущем. Министерство получило более



2000 ответов и определило десять самых важных. Среди них были государство всеобщего благосостояния, свобода, доверие, равенство и — да, вы уже догадались — хюгге.

В 2019 году Международный астрономический союз праздновал свое столетие, в честь которого каждой стране была предоставлена возможность дать название присвоенной ей планете. В Дании из 830 предложенных вариантов выбрали пять, одним из которых был хюгге. (Победителем стало название Муспельхейм — «огненная земля», один из южных миров скандинавской мифологии, охраняемый огненным великаном Суртом. Однако этот мир конечно же не такой уютный, как кружка горячего шоколада при свечах.)

В Дании о хюгге можно даже докторскую диссертацию написать. Первым это сделал Йеппе Линнет, и это не означает, что он провел три года за изучением идеального количества булочек с корицей, которое нужно съедать каждый день (это он определил за полгода). На деле Йеппе провел обширное этнографическое исследование о связи датчан со своим домом и о том, как хюгге влияет на гостеприимство и потребление пищи и напитков. Согласно его открытиям, хюгге — это ситуативное чувство легкости и удовольствия, наслаждения здесь и сейчас, а также атмосфера, которая состоит из вашего отношения к людям, находящимся рядом, настроения встречи и ощущения физического пространства. Когда речь идет о хюгге, очень важно окружение. То есть места, где присутствует особенная атмосфера.

Дом — это штаб-квартира хюгге для каждого датчанина. Дома мы не только расслабляемся и подзаряжаемся энергией: в Дании дом — это главное место для общения. В других странах люди преимущественно встречаются в барах, ресторанах и кафе, тогда как датчане предпочитают *hjemmehygge* (домашнее хюгге). Возможно, из-за того, что походы в датские рестораны — удовольствие не из дешевых, или из-за того, что большинство датчан — интроверты, которые чувствуют

ДЕСЯТЬ ЦЕННОСТЕЙ



себя намного комфортнее в своих четырех стенах. Датчанина-интроверта легко отличить от датчанина-экстраверта: интроверт посмотрит на свою обувь, а экстраверт — на вашу. Так что в нашей стране живут немногословные северяне и северянки.

А если добавить к этому нашу страсть к дизайну, то мы с легкой руки превратимся в страну интровертов-домоседов, где хюгге является национальным видом спорта. Поэтому, когда началась пандемия коронавируса и власти попросили датчан избегать скопления людей, не выходить на улицу и не собираться в домах большими группами, мы подумали: «Да легко. Мы практикуем это всю жизнь!»

Но с недавних пор феномен хюгге распространился по всему миру. Каждый год ООН публикует всемирный доклад о счастье, в котором представлены уровни счастья народов мира. Пять скандинавских стран — Дания, Швеция, Норвегия, Финляндия и Исландия — обычно находятся во главе рейтинга. Поэтому продолжает расти интерес к культуре и образу жизни скандинавов. В том числе и к датскому хюгге.

Поищите книги о хюгге в Amazon — и получите более 500 результатов. Одну из этих книг написал я. Ее перевели более чем на 35 языков, и было продано более миллиона экземпляров. Я отправил ее в плавание по Дании, но в итоге она достигла берегов всех стран мира. Словно началось новое вторжение викингов. Только на этот раз орды воинов хюгге вооружены одеялами и горячим шоколадом.

Конечно, до того как слово «хюгге» стало всемирно известным, датчане не были единственными, кто получал удовольствие от пребывания в хорошей компании, сидя у огня со стаканом глинтвейна. Как писал Шекспир в пьесе «Ромео и Джульетта»: «Что значит имя? Роза пахнет розой, / Хоть розой назови ее, хоть нет»¹. Так что монополии на хюгге у Дании нет.

¹ Перевод Б. Л. Пастернака.





Я часто вспоминаю письмо, которое получил после публикации первой книги о хюгге. Его написала женщина из Франции, мать двух маленьких детей. Ей было знакомо ощущение хюгге, но раньше она не могла выразить его словами. Она писала: «Я знала, что такое хюгге, всю жизнь. Просто я не знала, что у этого ощущения есть название. Мы так проводим время с моими двумя детьми. Садимся на диван, чтобы выпить чаю с печеньем, а затем просто весь день валяемся. И раньше я назвала бы такой день ленивым. А теперь это у нас дни хюгге». Это письмо сделало меня счастливым. Теперь, когда у этого ощущения появилось название и концепция, мы убрали элемент вины из того, что следует считать идеальным времяпрепровождением — когда дети чувствуют себя любимыми и укутанными уютом. Да, эта роза будет пахнуть розой, как ее ни назови, но название «хюгге» подходит хорошо.

Мне очень приятно видеть, сколько людей уже считают близкими идеи хюгге. Думаю, что всем нам не помешает больше единения, теплоты, расслабленности и простых удовольствий в нашей жизни. Это касается не только Дании, но и всех. И я думаю, что каждый человек заслуживает иметь хюгге-дом, где может быть счастлив даже в нестабильное время. Каждый из нас — повелитель собственной вселенной. И возможно, когда мы найдем счастье дома, мы сможем подготовиться к тому, чтобы сделать мир лучше.

Научно-популярное издание

Викинг Майк

HYGGE ДОМА

Секреты уюта по-датски

Ответственный редактор Н. Галактионова
Редактор Е. Беляева
Художественный редактор Н. Данильченко
Технический редактор Л. Синицына
Корректоры Н. Соколова, Т. Дмитриева
Верстка Н. Козель

ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» –
обладатель товарного знака «КоЛибри»
115093, Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Даниловский,
пер. Партийный, д. 1, к. 25
Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19
E-mail: sales@atticus-group.ru

Филиал ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» в г. Санкт-Петербурге
191123, Санкт-Петербург, Воскресенская набережная, д. 12, лит. А
Тел. (812) 327-04-55
E-mail: trade@azbooka.spb.ru

www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru

Знак информационной продукции
(Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.) **16+**

Подписано в печать 15.04.2023. Формат 75×110/32.
Бумага офсетная. Гарнитура «Сентро».
Печать офсетная. Усл. печ. л. 13,0.
Тираж 7000 экз. В-РВJ-28333-01-Р. Заказ №